

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh penulis, dapat disimpulkan di sini bahwa kegiatan yang dilakukan oleh umat Buddha di daerah Besut sangat bermanfaat terhadap kegiatan sehari-hari mereka. Mereka menerapkan nilai-nilai yang diperoleh dari hasil bermeditasi ke dalam kehidupan mereka. Antara aplikasi nilai-nilai meditasi dalam kehidupan umat Buddha di daerah Besut adalah sebagai berikut:

1. Pelaksanaan meditasi itu dimulai dengan memastikan kebersihan pada diri sendiri termasuklah badan, pakaian dan lokasi untuk bemeditasi. Setelah itu, memilih posisi duduk yang selesa dan nyaman untuk bermeditasi. Pejamkan mata dan tumpukan sepenuhnya perhatian kepada objek meditasi. meditasi yang baik akan sentiasa diiringi dengan kesabaran, ketekunan dan usaha yang berterusan. Meditasi bergantung kepada si pelaku karena hanya pelaku tersebut dapat mengenali dirinya sendiri bagi menjayakan meditasinya sendiri.
2. Aplikasi nilai-nilai meditasi dalam kehidupan umat Buddha ini sangat positif dan berkembang baik tiada sifat-sifat yang negative atau tetangan dari umat agama lain di daerah ini. Aplikasi nilai ini memberikan kesan yang mendalam terhadap pengolahan batin, kesehatan dan aspek sosiologis mereka. Sedikit sebanyak kesan positif ini memberikan kesan

yang baik terhadap perhubungan mereka sesama mereka dan perhubungan mereka sesama umat beragama yang lain.

3. Terdapat juga beberapa faktor yang menyebabkan meditasi masih belum teraplikasi sepenuhnya dalam kehidupan masyarakat Buddha. Antara faktor- faktor yang telah penulis sebutkan di dalam penulisan adalah seperti berikut:

- a. Nafsu Indrawi
- b. Niat Buruk
- c. Kemalasan dan Kelembaman
- d. Kegelisahan dan penyesalan
- e. Keraguan

B. Saran-saran

Ada beberapa hal yang membuat penulis memberikan saran dalam penelitian ini yang mungkin akan bermanfaat kepada umat Buddha di daerah Besut ini. Antaranya ialah:

1. Kepada masyarakat umat Buddha di daerah Besut sebaiknya dapatlah menyertai setiap kegiatan yang diadakan oleh pihak vihara baik aktivitas rutin harian maupun aktivitas bulanan yang mendatangkan biksu dari luar negara.
2. Bagi penduduk Besut baik yang Buddhis maupun yang non-Buddhis hendaknya dapat memberikan kerjasama yang sebaiknya supaya dapat menimbulkan keharmonian kerukunan umat beragama.